

2026年

東区道場(月・木曜)
厚別区道場(土曜)
厚別代替場
QOS打撃(火曜)
朝練(土曜)
屋練(日曜)

東区民センター内
森林公園会館内
厚別区民センター

東区北11東7
厚別区厚別北4-4
厚別区厚別中央1条5丁目3-14

大麻西道場(水曜)
江別道場(金曜)

大麻西地区センター内
江別元町地区センター

江別市大麻沢町26-2
江別市元町1-2

連絡先 080-3497-3595(ツカハラ) ☎ eastsapporo@gmail.com

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
06月28日			07月01日 大麻西地区センター ①18:30~19:15(基本) ②19:15~20:00(応用) ③20:00~20:45(特練) 21:00	07月02日 東区 ①18:30~19:45(基本) ②19:45~21:00(応用) ③21:00~21:30(特練) 22:00 講義室	07月03日 江別元町地区センター ①18:30~19:15(基本) ②19:15~20:00(応用) ③20:00~20:45(特練) 21:00 会議室2	07月04日 厚別 ①17:30~18:15(基本) ②18:15~19:00(応用) ③19:00~19:30(特練) 20:00
07月05日	07月06日 東区 ①18:30~19:45(基本) ②19:45~21:00(応用) ③21:00~21:30(特練) 22:00 いこい	07月07日 QOS 打撃クラス 18:00~19:00	07月08日 大麻西地区センター ①18:30~19:15(基本) ②19:15~20:00(応用) ③20:00~20:45(特練) 21:00	07月09日 東区 ①18:30~19:45(基本) ②19:45~21:00(応用) ③21:00~21:30(特練) 22:00 いこい	07月10日 江別元町地区センター ①18:30~19:15(基本) ②19:15~20:00(応用) ③20:00~20:45(特練) 21:00 会議室2	07月11日 厚別 ①17:30~18:15(基本) ②18:15~19:00(応用) ③19:00~19:30(特練) 20:00
07月12日	07月13日 東区 ①18:30~19:45(基本) ②19:45~21:00(応用) ③21:00~21:30(特練) 22:00 いこい	07月14日 QOS 打撃クラス 18:00~19:00	07月15日 大麻西地区センター ①18:30~19:15(基本) ②19:15~20:00(応用) ③20:00~20:45(特練) 21:00	07月16日 東区 ①18:30~19:45(基本) ②19:45~21:00(応用) ③21:00~21:30(特練) 22:00 講義室	07月17日 江別元町地区センター ①18:30~19:15(基本) ②19:15~20:00(応用) ③20:00~20:45(特練) 21:00 会議室2	07月18日 厚別 ①17:30~18:15(基本) ②18:15~19:00(応用) ③19:00~19:30(特練) 20:00
07月19日	07月20日 東京 2026全日本 体重別空手道選手権大会 墨田区総合体育館	07月21日 休	07月22日 休	07月23日 東区 代行 ①18:30~19:45(基本) ②19:45~21:00(応用) ③21:00~21:30(特練) 22:00 いこい	07月24日 休	07月25日 厚別 代行 ①17:30~18:15(基本) ②18:15~19:00(応用) ③19:00~19:30(特練) 20:00
07月26日	07月27日 東区 ①18:30~19:45(基本) ②19:45~21:00(応用) ③21:00~21:30(特練) 22:00 いこい	07月28日 QOS 打撃クラス 18:00~19:00	07月29日 大麻西地区センター ①18:30~19:15(基本) ②19:15~20:00(応用) ③20:00~20:45(特練) 21:00	07月30日 東区 ①18:30~19:45(基本) ②19:45~21:00(応用) ③21:00~21:30(特練) 22:00 講義室	07月31日 江別元町地区センター ①18:30~19:15(基本) ②19:15~20:00(応用) ③20:00~20:45(特練) 21:00 会議室2	08月01日
08月02日	08月03日 東区 ①18:30~19:45(基本) ②19:45~21:00(応用) ③21:00~21:30(特練) 22:00 いこい	08月04日	08月05日	08月06日	08月07日	08月08日